

Arroz con Naranja y Carne de Cerdo en Tiras

Makes: 50 or 100 servings

50 Servings

100 Servings

Ingredients	Weight	Measure	Weight	Measure
-------------	--------	---------	--------	---------

Directions

1. Coloque el cerdo en una olla grande o una caldera de vapor industrial. Espolvoréela con ajo en polvo.
2. Cocine al destapado, hasta que el termómetro alcance los 160°F. Revuélvalo de vez en cuando. Escúrralo y deseche el exceso de grasa.
3. Coloque el arroz, el agua y la sal en una bandeja de vapor de mesa de 12"x 20" x 4". Cocine al vapor por aproximadamente 20 minutos o hasta que estén blandos.
4. Cocine los vegetales mixtos congelados según las instrucciones del paquete.
5. Combine la carne de cerdo cocida, el arroz cocido y las verduras congeladas.
6. Agréguele el jengibre molido y el concentrado de jugo naranja. Revuelva hasta combinarlo y cocínelo durante 10 minutos hasta que esté completamente caliente.

Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
Total Calories	309	
Total Fat	8.8 g	
Protein	21 g	
Carbohydrates	37 g	
Dietary Fiber	5 g	
Saturated Fat	3.1 g	
Sodium	89 mg	

Meal Components

Vegetables	1/4 cup
Meat / Meat Alternate	2 ounces